

Meditationsphilosophie III fragmentarische Gedanken

von
Robert Hammer
2016

Sinn von Philosophie im Meditieren: den geistigen Horizont setzen. Mythische und religiöse Welterklärungen sind obsolet.

-- Naturwissenschaftlicher Nachweis über die Natur des Seins.

Meditation ist a-rational, es können aber irrationale Inhalte aufsteigen -- Philosophisches Denken als rationale phänomenale Analyse und rationale Orientierung in einer meditativen Praxis.

Die Aufgabe des Philosophen: Geist zu schaffen, Geist zu entwickeln.

Die "Leere": ohne Gedanken, ohne Intentionen, ohne Gefühle, ohne Empfindungen, ohne Wahrnehmung, ohne Bewusstsein?

Télos eine meditationsphilosophische Praxis: Mensch zu werden. Das Edle und Gute in dich selbst zu wecken und zu fördern.

Gegensatz zu den meditativen Traditionen des Ostens: Diese sind religiös/mythisch. Meditationsphilosophie ist der Rationalität und der Logik verpflichtet. Gegensatz zu den östlichen Traditionen. Logik und Rationalität sind eine möglich allgemeine menschliche Disposition - überprüfbar!

Jeder muss seinen eigenen Weg gehen (finden) und seine eigene Lösung (der Sinnfrage von Sein und [je eigenste] Existenz) finden/entwickeln. Dies gilt auch für den meditationsphilosophischen Weg....

Moralisches Problem: meditatives (meditationsphilosophisches) Wissen nur den Begabten weitergeben oder jedem, der es haben will? Begabte zu unterweisen, bedeutet Erfolg (?), dass dieses Wissen gepflegt und weiterentwickelt wird. Warum soll man aber den ausschließen, der Interesse aber weniger erfolgversprechendes Potenzial aufweist?

Postulat: Zur Weitergabe meditationsphilosophischen Wissens sei Humanität und nicht Erfolgsgewissheit das Fundament. Es entwickelt sich ein anderer "Geist".

Meditation als Ersatz für die Religion?... um die "Leere des Seins" in seiner (objektiven) Sinnlosigkeit ertragen zu können? Mentale Power, um zu überleben und um nicht in seiner Existenz zu scheitern?

"Die Leere" als meditativer Modus ohne Télos, ohne Ziel, um Heteronomie aus der je-eigensten Entwicklung auszuschließen, um eine autonome Genese des selbst zu garantieren?

Bescheidenheit "üben": sich nicht in eine metaphysische Transzendenz zu verlieren! -- Agnostizismus angebracht! Die Existenz von metaphysischem Sein in der Schwebe lassen! -- Erfordert Stärke, weil die menschliche Natur immer nach Lösungen sucht. Das Unerklärliche, Unbekannte, macht Angst.

In den östlichen Traditionen (z.B. Hinduismus, Sufismus [v. Ghasali]) ist das Wesen des Menschen göttlichen Ursprungs, d.h. Gleichsetzung des eigenen Selbst mit Gott. Auch bei den Anthroposophen?

Meditation ist ein Fließen des Bewusstseins, ein ständiger Wandel, ein ständiges Werden. -- Heraklit!

Nikomachische Ethik 1097 b 15 (Aristoteles, philosophische Schriften 3, S. 10): »Als sich selbst genügend gilt uns demnach das, was für sich allein das Leben begehrenswert macht, so dass es keines Weiteren bedarf.

Aristoteles hielt die Glückseligkeit (εὐδαιμονία!) dafür.

Wenn aber (Hypothese) Meditationsphilosophie zur Selbstgenügsamkeit führt, wäre damit die Glückseligkeit erreicht?... Meditationsphilosophie als Weg zur Glückseligkeit...?

-- Wäre damit nach Aristoteles kein Endzweck, sondern Mittel.

-- Der meditationsphilosophische Weg führt nicht zur Glückseligkeit (infinite Glückseligkeit), sondern zur Selbstgenügsamkeit (αὐτάρκεια).

Ist "der Weg nach innen" nicht Zeitvergeudung, wenn die Transzendenz fehlt? Der Horizont ist die (eigene) Endlichkeit....

Das Ziel von Meditation: ein Geist, der mit sich selbst in Harmonie ist (Harmonie zwischen Körper, Geist und Seele, mit seinen Mitmenschen und allen Lebewesen, mit der Natur [auch seinem Umfeld]). Selbstmächtigkeit.

Philosophisches Wissen = Verstehen = Bewusstsein.

Meditative, geistige Entwicklung = Verstehen = Bewusstsein (Bewusstseinsentwicklung).

Sowohl in der Philosophie, als auch in der Meditation ist Bewusstsein (Werden, Entwicklung) das zentrale.

-- Denken und "Nicht-Denken" widersprechen sich nicht.

Das Ziel einer meditativen Praxis: Nicht die Vollkommenheit (für Menschen unmöglich), sondern als Mensch (personale Lebensform) besser zu werden.

Spiritualität: Befreiung des Geistes von Körper?

Harmonie des Geistes mit dem Körper??

Tantrische Traditionen: spirituell? - Wohl eher Sublimierung von Sexualität. Kann ekstatische Befriedigung spirituell sein?

Die reziproke Beeinflussbarkeit von Körper, Geist und Seele - ein Aspekt Freiheit.

Freiheit vom negativen Emotionen (v. Aristoteles, DB S. 4810)

Vereinigung des westlichen mit dem östlichen Geist: Meditationsphilosophie.

Fichte: Ich - Nicht-Ich als Bewusstseinsform (= Sein im Bewusstsein). *Grundlage der gesamten Wissenschaftslehre.*

Willkürliche Schmerzkontrolle (die Fähigkeit, Schmerzen volitional kontrollieren zu können) ist ein Akt von Freiheit.

Verlust der Freiheit durch intentionales Meditieren?... durch die bewusste Zielsetzung Verlust der anderen Möglichkeiten (Indoktrinierung). -- Verlust der eigenen Persönlichkeit, des je-eigensten Selbstsein.

Freiheit, diese Welt zu transzendieren: Erleuchtung???

Beim (Spazieren-) Gehen entwickelt sich das Denken freier als in der meditativen Versenkung. Hier reduziert und fokussiert. -- Das Gehen und Denken lässt dem Denken mehr Freiheit.

Freiheit im Bewusstsein: Bewusstseinsformen steuern können? Bewusstsein generieren und Verlöschen lassen zu können?

In der Antike dienten die dionysischen Feste zur Befreiung vom Ich. - Das Ich eines Meditanten, dessen Ich sich im Einklang (in Harmonie) mit sich selbst befindet, ist frei.

Ein spiritueller Weg ist immer eine Befreiung von der Triebhaftigkeit. -- Hedonismus in der Antike - Beherrschung des Triebes.

Inwieweit hat jemand, der ein exklusives Wissen hat, eine (moralische?) Verpflichtung, dieses Wissen zu tradieren? Die Weitergabe meditativen Wissens führt zu einer Unfreiheit (= Abhängigkeit, Zuneigung) des Mentors, es sei denn, er steht seinen Schülern gleichgültig gegenüber. - Aber dann ist er ein schlechter Lehrer. Meditative Schüler benötigen die gleiche Zuwendung wie kleine Kinder von ihren Eltern. Das meditative Erwachen bedarf der Geborgenheit, um sich entwickeln zu können. Reife Autonomie in Freiheit ist das Resultat eines langsamen Prozesses.

Fantasie und Vorstellung sind Möglichkeiten, psychische Belastungen (auch in der Stärke von Traumata?) aufzuarbeiten. - Durch Meditation größeres Potenzial? Wahrscheinlich!

Die *via philosophiae et meditationis*, der meditationsphilosophische Weg, ist ein Weg vom Schein zum Sein. Führt zur Wahrheit? Es ist der Weg zur Frage: Was ist Wahrheit?

Fichtes Gedanken zur Setzung des Ich sind meditationsphilosophischen interessant!

Freiheit in der Entscheidung zu sein oder Schein?

Erhöhte Selbstverfügung, durch Meditation erworben, ist eine Erweiterung der eigenen Möglichkeiten und damit eine Zunahme von Freiheit.

Wie weit geht die Freiheit, welche durch Meditation geschaffen wird? Nicht nur Kontrolle der Emotionen, Wünsche, etc., sondern auch *Entwicklung* von Emotion, Wünschen, etc.?

Es liegt auf alle Fälle in der stillen Ruhe der meditativen Versenkung eine große Kraft....

Philosophie: Entwurf von Welt; Meditationsphilosophie: Entwurf von Welt durch Erweiterung der Kraft der meditativen Stille.

Meditation fördert geistige Entwicklung (Bewusstseinsänderung), und damit auch die Änderung (Entwicklung) von philosophischen Perspektiven.

Ein meditativer Weg ist einer quantitativ-wissenschaftlichen Untersuchung weitgehend verschlossen. Quantitative Untersuchungen können nur physische - und damit sekundäre - Phänomene untersuchen. Damit sei keine subsistente Existenz (abgetrennt vom Körper) postuliert.

Das Problem der „Leere“: sie ist „ohne Inhalt“. Dieser methodische Meditationsansatz ist in den östlichen Traditionen der Weg zur Erleuchtung bzw. der Weg einer Kommunikation mit den Göttern, was sich aus der „Leere“ heraus ergibt. Für den Menschen der westlichen Kultur ist diese Art des Weges in der Religion zu finden, wodurch sich eine ähnliche

Entwicklung mit verschiedenen (Glaubens-) Inhalten ergibt. Hier wird die meditative „Leere“ tatsächlich leer, da durch die fehlende Zielsetzung jegliche Sinnhaftigkeit des Lebens verloren geht. Sinn muss sich aus den Meditationen ergeben - was sich auch tatsächlich bei konstantem Meditieren ergibt. Durch den fehlenden Transzendenzbezug entsteht allerdings eine Leere, die einerseits frei macht, andererseits aber kann dies bei Atheisten und Agnostikern zu einer Motivationslosigkeit führen, welche nicht sinnvoll und unter Umständen destruktiv ist. Es sei deshalb der antike Begriff der *καλοκάγαθία* (*καλὸς καὶ ἀγαθός*), das Schöne und Gute als *τέλος* (Endziel, Endzweck) menschlicher Existenz postuliert. Das Streben nach dem Schönen und Guten gibt dem Leben Sinn - auch wenn es endlich ist. Mit diesem Ideal, welches inhaltlich individuell sehr verschieden sein kann, ist auch für die meditative „Leere“ ein sinnvolles Ziel gesetzt, welches Meditanten davor bewahrt dem absoluten Nihilismus zu verfallen. „Leere“ ≠ Nihilismus!

These: Meditation führt immer zu Sinn, auch wenn die Sinnfrage individuell sehr verschieden beantwortet wird.

Meditation heißt, die naturgegebenen Anlagen zu entwickeln und u.U. transzendieren zu können. Der Schlüssel ist das ständige Üben.

Die Isolation, das zurückgezogenen Leben, ist für einen meditativen Weg ausgesprochen fruchtbar - man wird nicht durch die Geschäftigkeit des alltäglichen Lebens abgelenkt. In den meditativen Traditionen des Ostens richtet der Meditand sein Bewusstsein auf die Transzendenz (wie immer diese aussieht, auf das Tao, das Eine, einen Gott oder Götter, etc.) aus. Der Meditationsphilosoph kann dies auch machen, aber dann verliert er sich in ein Denken des Unsagbaren, Unvorstellbaren, des nicht positiv Bestimmbaren, wobei hier (im Metaphysischen) nicht einmal negative Aussagen gemacht werden können. Kant hat hier m.E. derart gründlich die Problematik durchdacht, dass - in den wesentlichen Punkten - keine stichhaltigen Argumente gegen seine Schlussfolgerungen vorgebracht werden können. Bei Fehlen einer transzendenten Ausrichtung in einer meditativen Praxis bleiben nur die philosophischen Inhalte für einen Meditationsphilosophen übrig, wodurch die Sinnfrage von Sein und Existenz virulent wird.

→ Warum/woraufhin soll ein Philosoph meditieren, der sich nicht einem Irrglauben hingeben will?

Meditation & Philosophie als Weg zum „freien Sinn“? - Was ist das?

Durch Meditation & Philosophie einen Lebensentwurf finden und praktizieren. Kraft und Stärke, Ausdauer und Resistenz zu entwickeln. Lebensfreude und -wille: die Grundlage für ein lebenswertes Leben.

Warum meditieren? - Damit man von Schicksal nicht gebeugt oder gebrochen wird.

Erleuchtungserlebnisse:

- Es ist nicht notwendig, Buddhist zu sein, um zu einem Erleuchtungserlebnis zu gelangen.
- Es ist nicht notwendig, daran zu glauben, um Erfolg zu haben.
- Das traditionelle Ziel eines Kung-Fu-Trainings ist die Erleuchtung, um dem Rad der Wiedergeburt zu entfliehen. Es ist nicht notwendig, ein hartes Kung-Fu-Training zu absolvieren. Man muss richtig, konstant und ausdauernd trainieren. Wesentlich ist die Kombination mit Qigong und Meditation. Das Ziel ist nicht, unbesiegbar oder ein fürchterlicher und unbezwingbarer Kämpfer zu werden: jeder wird irgendwann einmal besiegt... Das Ziel ist es, zur Harmonie mit sich selbst und der Welt zu gelangen. Diese Harmonie führt auf der physischen Ebene, dem physischen Kampf, zur Dominanz.
- Es ist nicht notwendig, bei einem Erleuchtungserlebnis auf eine metaphysische Kausalerklärung zurückzugreifen. Diese Erlebnisse können auch auf physiologische Vorgänge zurückgeführt werden (v. Persinger). Diese mögliche physiologische Phänomenalerklärung schließt allerdings nicht die Möglichkeit eines metaphysischen Ursprungs (einer „Berührung“ bzw. Begegnung mit dem Numinosen) aus.
- Wichtig ist nicht die Erleuchtung, sondern der Weg dahin, auf dem sich das Ich formt und entwickelt. Die Erleuchtung ist nur das Zeichen des Erfolgs, dass man richtig vorgegangen ist, nicht mehr.

Ziel von Meditationsphilosophie: sehr alt → Weisheit, Selbstverfügung, Freiheit (siehe Xenophon, Memorabilien, S. 116f)

Die Sinnlosigkeit dieses Lebens ertragen: mit Philosophie und Meditation...

29.10.2010 Meditor: Die „Leere“ ist „leer“, es bleibt die Form...

13. 9. 2002 Meditationsphilosophische Reflexionen als Heft begonnen, weil in handschriftlichen Aufzeichnungen eine andere geistige Dynamik liegt als wenn man gleich in den Computer hineinarbeitet.
Außerdem: ist leichter zu handhaben, weil ich nicht immer den Computer einschalten muss.

Die geistige Entwicklung durch Meditation kausiert, ist nicht auf „transzendente“, „übernatürliche“,... Kräfte zurückzuführen. Sie ist auf die meditative Vereinzelnung zurückzuführen: man wendet sich geistig auf sich selbst zurück. → Dadurch wird eine transzendente (= def. »Erkenntnis« als Adjektiv verwendet) Genese eingeleitet.

15.9.2002 Ist Bewusstsein nicht etwas, was über den Verstand hinausgeht? → „transzendiert“?

Was dagegen spricht, alles (die verschiedenen Meditationstechniken) auszuprobieren: die mentale Entwicklung tritt nur bei Beibehaltung der gleichen Technik ein.

21.9.2002 Liegt der Unterschied zwischen Ekstase und Meditation nicht darin, dass in der Meditation die Selbstverfügung (Wille) steigt, während man sich in der Ekstase verliert?

22.9.2002 Die Gefahr für einen Meditationslehrer: dass er versucht, *sich* in seinen Schülern zu verwirklichen, anstatt seine Schüler in ihrer autonomen Selbstzweckhaftigkeit zu fördern.

23.9.2002 Kann man das Ziel von Meditation als die Mitte des Menschen angeben? Als Zentrum? (Siehe Klaus Engel, Meditation, S. 316)

Ich würde als Ziel angeben: Harmonie mit sich selbst zu finden, zu erlangen.

Liegt die Differenz des Verständnisses *in re* oder *in lingua*?

29.9.2002 Interessant: auch bei den anderen Meditationstechniken tauchen Begriffe wie „Arbeit“, „Kampf“, etc., auf, obwohl sie nicht aus der Kampfkunsttradition stammen.

29.10.2002 Die Frage lautet richtig: Was lehrt dich die „Leere“?

31.10.2002 Alte Tibeter strahlen eine „Heiterkeit der Seele“ aus, sogar auf der Flucht (siehe Olschak, *Die Heiterkeit der Seele*) → auf Meditation zurückzuführen?... auf weit verbreitete Praxis?... → Wie weit „nivelliert“ Meditation?

11.11.2002 Was ist der meditationsphilosophische Lebensweg? Was ist sein Ziel?... sein Inhalt?... sein Sinn? Wo seine Grenze? Reicht er zum Horizont des Seins?... Was ist der Horizont des Seins? Ist ein meditationsphilosophischer Lebensweg ein Weg, welcher das raumzeitliche Sein transzendiert? Ist ein meditationsphilosophischer Lebensweg ohne positive Moralität möglich? Wohin führt er?

26.11.2002 Der meditative Erkenntnisweg ist ein anderer als der philosophische, die Resultate haben viel

Ähnlichkeit! Laufen Sie nicht auf einen (gemeinsames?) Ziel zu?

Der meditationsphilosophische Lebensweg vereinigt die Tugenden (ἀρεταί) dieser beiden Wege.

Maxime des meditationsphilosophischen Weges ist: Denke selber, prüfe alles, sei bescheiden! Gedenke des Delphische Orakels: Erkenne dich selbst! Erkenne, dass nur ein Mensch bist und erhebe dich nicht auf göttliche Dimension! Du wirst nie Gott sein! Der Anspruch auf Göttlichkeit ist (kindliche) Anmaßung! Lerne deine Stärke und Kraft in der Bescheidung, in der Demut kennen. Du wirst dich wundern, wie stark du bist!

Meditationsphilosophie heißt Kampf. - Kampf mit sich selbst, um sich selbst. Um das eigene Ich muss der Mensch kämpfen, weil sich darin das Menschsein erweist. Tiere haben kein Ich, ihr Instinkt führt sie auf ihren Weg.

8.12.2002 Interessant: Ravagli vertritt eine metaphysische Weltkonzeption und der Ursprung sind meditative Praktiken. Kitaro Nishida wanderte von der Zen-Meditation zur westlichen Philosophie ab - und vertritt eine metaphysische Weltkonzeption! Meditation führt offensichtlich in eine Welt der Metaphysik... und sogar dann, wenn man sich vom Meditieren zum rationalen Denken wendet!! → Welche Kräfte werden beim Meditieren frei???

1.1.2003 Meditation als Erhöhung des Selbstverfügungspotenzials! → Stärke! (Z.B. dass die Emotionen nicht „überschwappen“ und einen zu irrationalen (= schädlichen) Handlungen veranlassen.

1.2.2003 Die Tendenz von Meditanten, sich in einem metaphysischen Denken zu verlieren, kann nicht als Beweis für ein metaphysisches Sein angenommen werden. Die meditative Phänomenalität ist Ausdruck des eigenen seelischen (unbewussten) Inhalts.

Kann die menschliche Freiheit so weit gehen, dass man (meditativen?) Gesinnungen erzeugen kann? Was ist das Element der Freiheit im Akt der richtigen Erkenntnis und deren Umsetzung? Kann es richtige und falsche Wahrheit geben?

Nicht ein armes, ein hartes, ein banales, ein bedürftiges Leben ist zu fürchten (vielleicht nicht einmal ein leidvolles Leben), aber ein sinnloses! In jeder Armut, Härte, Bedürftigkeit, vielleicht sogar im Leid, kann Sinn liegen, das Schlimmste ist die Sinnlosigkeit im Leben (sogar im Leiden kann Sinn sein).

Meditationsphilosophie heißt, seinen je eigenen Sinn im Leben zu finden (zu erkennen), welcher das Leben lebenswert macht - und die Kraft, diesen Sinn zu aktualisieren (realisieren).

9.10.2004 Ziel von Meditation: SELBST-MÄCHTIG zu werden.

06.5.2005 Man muss zwischen einer theoretischen und einer „Erfahrungswissenschaft“ unterscheiden. Die theoretischen Wissenschaften haben keinen unmittelbaren Lebenskontext. Es ist ihre Stärke, dass sie abgesondert, unter Laborbedingungen, arbeiten. Philosophisches Wissen, welches das Leben reflektiert, muss Lebenserfahrung haben, weil es ansonst Luftschlösser baut. Vielleicht ist dies der Grund, warum Philosophen eigentlich erst im Alter produktiv werden (→ Kant, Gadamer!). Lebenslanges (Nach-)Denken ist notwendig, um zur Blüte und Reife zu gelangen (Ähnlichkeit mit Kung Fu und Meditation!). Eine Auseinandersetzung mit Meditation ohne jegliche Praxis, also rein theoretisch, ist ein Unding. Hier ist Erfahrung das notwendige Apriori für jegliches Wissen, auch jegliches theoretisches.

10.5.2005 Das zu findende Selbst ist nicht eines, welches nur durch Meditation gefunden werden kann. Dieses Selbst (= die Identität des Ichs - v. Identitätsproblematik in der Geschichte der Philosophie!) entwickelt sich auf dem

lebenslangen Weg des Existierens; Meditation ist nur ein äußerst ausgezeichnetes Mittel zum genuinen Selbst (die eigene Identität) zu finden.

30.10.2005 Ein altchinesischer Kampfkunstmeister beschritt den Weg der Kampfkunst, um zu einer Vereinigung mit dem Taiji zu gelangen. Auf diesem Weg nahm er Schüler mit, welche sich ihrem Meister anvertrauten, und sie versuchten in gemeinschaftlichem Bemühen zum Taiji zu gelangen. Sie hatten ein gemeinsames Ziel - das Taiji. Was ist das Ziel eines meditationsphilosophischen Lehrers und seiner Schüler? - Das Ziel ist das große Unbekannte, weil ein Philosoph des 21. Jahrhunderts nicht mehr das Taiji (Brahma, Nirwana,...) als Ziel akzeptieren kann. Das Ziel des Lehrers kann nur in der Person seiner Schüler liegen, als Zweck an sich selbst. Auch die Vermittlung meditationsphilosophischen Wissens ist sekundär - das einzige, was zählt, ist der Schüler in seiner Personhaftigkeit. D.h. die transzendente Orientierung wird auf ein „diesseitiges“ Ziel gerichtet. Das „Ziel“, welches sich aus der gemeinschaftlichen Praxis ergibt - ist unbekannt! Schön wäre es natürlich, seine Schüler auf Erleuchtungsniveau zu bringen, es ist aber fraglich, ob eine solche Zielsetzung sinnvoll und richtig ist. Mein Daimonion sagt mir, dass sich eine Erleuchtung ganz von selbst ergeben muss, ohne dass man sie anstrebt.

4.3.2006 Das Entscheidende bei meditativen Erfahrungen zu unserer Zeit ist, dass sie vorurteilsfrei und vorbehaltlos analysiert werden können - unabhängig vom bisher tradierten Wissen! - Frei zu sein auf dem Weg...

25.5.2006 Die Neurowissenschaften bestätigen heute das Denken der Buddhisten: das Ich ist nur ein Schein!! (anderer Horizont). Das Selbst ist notwendig als Überlebensmechanismus, zur Orientierung. Im Buddhismus gibt es kein Ich und in den modernen Neurowissenschaften wird dies ebenfalls bezweifelt - richtigerweise? Ist das nicht alles Nonsense und das wahre Ziel, das genuine Selbst zu finden und zu entwickeln? Sinn von Meditation: sein Ich zu finden und zu entwickeln ... zu reifen ... → nicht: aufzulösen. Die Auflösung im meditativen Akte hat methodische Gründe. Entelechie des Ich als Mittel.

20.11.2010 Die „Leere“ ist nicht leer. Gedanken, Gefühle, Wahrnehmungsinhalte (Hören) sind im Bewusstsein der meditativen Versenkung.

„Leere“: keine Gedanken, keine Gefühle (Emotionen)? Keine Wahrnehmung, kein Bewusstsein des eigenen Selbst?... des Ich?

→ Die Leere ist nicht „nichts“, was ist sie?

→ Was ist der Sinn von Meditation, wenn das T \acute{e} los von Meditation nicht die metaphysische Transzendenz ist...?

→ Welchen Sinn hat Meditation (außer als lebenserhaltende Funktion in einer lebensbedrohenden Situation) ohne transzendente Sein? Wozu soll man Meditieren, um sich selbst weiterzuentwickeln, seine Persönlichkeit zu bilden, wenn dieses - endliche - Leben das einzige ist...?

23.11.2010 Kann ein Erleuchteter ein böser Mensch sein?... ein böser Mensch werden?? Kann ein böser Mensch zur Erleuchtung gelangen?

In der Leere sind Wahrnehmungen, wenn auch keine Gedanken da sind. Auch wenn keine akustischen Außenwahrnehmungen da sind, ist noch immer das Rauschen des Blutes in den Adern zu vernehmen.

Meditation führt zur Einsicht (→ σοφροσύνη). Verständlich wird, was ohne „Sitzen“ nicht zugänglich wird. Einsichtsvermögen wird vertieft.

1.12.2010 „Leere“ = Freiheit, Freiheit von Beschwernissen des menschlichen Daseins. → ein Zufluchtsort? Eine Höhle der Geborgenheit... und Sicherheit?

Autonomie ist in der abendländischen Philosophie ein essenzieller Teil von Philosophentum: Meditation ist der Weg, die rationale (und persönliche) Autonomie zu einem Maximum zu bringen.

5.12.2010 Die Zahl ist in der Meditation von eminenter Bedeutung: Sie entlässt den Geist in die Freiheit! → Sie determiniert nicht wie es z.B. Mantras tun.

6.12.2010 Ziel eines nicht transzendent orientierten Meditationsweges: ἀταραχία! (...?)

9.12.2010 Ziel von Meditation ἀταραχία und ἁρμονία. Ausgeglichenheit in der existenziellen Haltung lässt das Τέλος des Lebens gelingen. Erfüllung nicht in einem transzendenten Ziel, sondern in einem genuinen Aus-sich-selbst-heraus-Agieren zu finden!

17.12.2010 Philosophie zeichnet sich durch ein Streben nach Autonomie (im Denken) aus. Philosophen sind Individualisten, Streben nach Unabhängigkeit. Autarkie. Der meditative Weg ist eine ausgezeichnete Komplementarität dazu. → Das „Nicht-Denken“ fördert das Denken!
These: Die endogene Autonomie führt zur exogenen Autarkie.

Meditation ist der Weg zum Erfolg, auch ohne jegliche Transzendenzorientierung: Wer es schafft, 5-10 Minuten jeden Tag zu „sitzen“, schafft die Lösung jeden Problems, soweit eine Lösung möglich ist... Das Leben ist eine Anhäufung von Problemen, es ist gut, wenn man die Fähigkeit zur Problemlösung hat... ;-)

8.1.2011 Problematik der meditativen Sinnorientierung: eindeutig lässt sich therapeutischer Nutzen von Meditation nachweisen (eigene Erfahrung!). Wenn aber die geistige Entwicklung, eine positive Genese der eigenen Persönlichkeit aufgrund einer meditativen Praxis formuliert (postuliert) wird, stellt sich die Frage nach dem Τέλος! Das metaphysische Transzendenzstreben der alten, asiatischen Traditionen lässt sich aufgrund der neurowissenschaftlichen Forschungsergebnisse nicht mehr aufrecht erhalten: Wenn Erleuchtungserlebnisse im Laborexperiment erzeugt werden können, ist der Nachweis erbracht, dass diese Erlebnisse auch (nur?) das funktionale Resultat einer zerebralen Tätigkeit ist (sein kann). „Gott ist tot.“ → Das ist ein Problem für eine meditative Sinnggebung!... und jede existenzielle Sinnkonstituierung, d.h. auch für eine philosophische. Werte, Ziele, Motivationen müssen in einem endlichen Horizont gefunden werden. Endlich: nicht nur räumliche und zeitliche, sondern auch der Möglichkeit nach (potentielle Verwirklichungsmöglichkeit; was ist machbar, was kann ich erreichen).

Gemeinsamkeit: Philosophieren = sich (geistig) entwickeln.
Meditieren = sich (geistig) entwickeln.

Jede Entwicklung verläuft in Stufen oder Entwicklungsstadien, welche sich in einer Genese des Wissens artikuliert. Wissen wandelt sich...

Die Idee: Geburtsort von Philosophie. Philosophiegeschichte = Ideengeschichte, auch wenn die Philosophien nicht dem Idealismus zuzurechnen sind.

Die Idee = der Begriff (von etwas; auch in allerhöchster Abstraktion).

Was spricht dagegen, einem meditativen Agens die geistige Reife als endliches Τέλος zuzuordnen? Ist es schlecht, dieses Leben gelingen zu lassen? Warum muss in diesem Kontext immer eine metaphysische Transzendenz ins Spiel kommen? Wenn der Weg nach innen dazu führt, das Leben erfolgreich zu bewältigen, weil er nach einiger Zeit immer

hinaus führt, warum pejorieren? Warum immer die Unendlichkeit, die Ewigkeit strapazieren?

Ist nicht gerade die Endlichkeit des Daseins Grund genug, alle Energie aufzuwenden, und dieses Dasein gelingen zu lassen?

Der Weg nach innen ist ein exzellenter Modus der Selbsterkenntnis, um herauszufinden, was man eigentlich will.

Die Kenntnis des eigenen Wollens (Wünschens, Sehns, etc.) ist das notwendige Apriori zur Aktualisierung.

Das eigensten Wesen (Heidegger: die Jemeinigkeit) finden, ist wohl eine ausgezeichnete Möglichkeit von Meditation. In der stillen Leere des „Sitzens“ zeigt und entwickelt sich das genuine Selbst mit all seinen Problemen, Wünschen, Begierden, Sehnsüchten, als ruhender Pol. Die Hektik der alltäglichen Geschäftigkeit bleibt zurück. Der Gefahr, sich an die Geschäftigkeit des Man zu verlieren, wird begegnet.

Das eigensten Wesen: den eigenen Überzeugungen treu zu bleiben, ein ganzes Leben lang. Falsche Überzeugungen zu korrigieren, zur richtigen Überzeugungen zu gelangen, wahres Wissen zu erwerben, dies ist die Arbeit in der Meditation. Der meditationsphilosophische Asket bemüht sich um die Wahrheit (ἀλήθεια!), Da nur in ihr Bestand liegt. Das ψεῦδος ist überall, es ist die Welt des Scheins. Wozu sich darum bemühen? Der Schein löst sich immer irgendwann auf, nur das Sein hat Bestand... das wahre Sein.

Warum ist das „Sitzen“ (damit ist auch das Liegen, Stehen, etc., als Meditationshaltung gemeint) wichtig? - Der Rückzug aus der alltäglichen Geschäftigkeit, in welcher sich das Selbst verliert (→ Heidegger!), weil sich der Mensch dem „äußeren Sein“ zuwendet (die Welt gewinnen), führt zu einer „Leere“, die auf sich selbst konzentriert ist. In dieser „Leere“ liegt die Erkenntnis von Dingen/Sachen/Zuständen, etc., welche in der Geschäftigkeit nicht erlangt werden kann. In der Meditation liegt Nutzen, auch ganz ohne metaphysische Transzendenz.

Meditieren, um das Selbst zu finden? Was ist das „Selbst“? → Moderne Gefühlsduselei. → Meditieren, um seinen je eigensten Weg in diesem Leben zu gehen (gehen zu können). Das „Selbst“ ist der eigene Lebensweg. Eigen ist der dann, wenn man seinen eigenen Überzeugungen folgt (d.h. es muss nicht unbedingt ein moralischer Lebensweg sein).

Meditieren, um sehend zu werden.

Meditieren, um den blinden Fleck abzulegen.

Meditieren, um als Blinder sehend zu werden. → Der Blinde wird ein Seher (?).

Selbstsein = mit sich selbst „im Reinen sein“.

Selbst: nach seinen Überzeugungen leben.

22. 4. 2011 Bewusstsein in der meditativen Versenkung: aus Nicht-Denken folgt das bewusst sein der körperlichen Vorgänge (z.B. Muskelspannung) oder die akustische Wahrnehmung in der äußeren Umwelt des Meditierenden (wenn Augen geschlossen). → „Leere“ ≠ leer!

Möglichkeit, das Oculus mentis nach außen oder nach innen zu richten.

Tatsächliche Leere wäre, bewusst-los zu sein... das „Nichts“ des Bewusstseins. → Samadhi?

6.6.2011 Das Denken ist störend in der Meditation. Stellen deshalb Zenmeister einen Bezug zum Tod in der Meditation her?

In der Mitte seiner selbst ruhend tätig sein: das ist Autonomie!

„Leere“ ≠ Denken → Bewusstsein im Hören der Geräusche in der Umgebung des Meditierenden. → Bewusstsein ist akustisch. → Bewusstsein = Empfindung, Gefühl (z.B. Schmerzen, Jucken, Druck, sexuelle Erregung).

Meditatives Erfahrungswissen kann theoretisch nicht weitergegeben (tradiert) werden. → Der Rezipient muss über die

gleichen oder ähnlichen Erfahrungen verfügen, um verstehen zu können.

Neigungen, Zuneigung, Liebe sind - das sieht die buddhistische Tradition richtig, wenn auch in einem transzendenten Sinn - Verhaftungen. Sie machen das Leben unfrei.

18.9.2011 Das Ziel von Meditation kann nicht sein, besondere Fähigkeiten zu entwickeln. These. Vielleicht: „ganz zu werden“? → Vollkommenheit ist etwas göttliches, deshalb ist der Streben nach Vollkommenheit unsinnig. Göttlich werden zu wollen ist Hybris.

Die Reinkarnationslehre ist kontraproduktiv: destruiert die Unschuld (jeder ist schuldig für das, was ihm widerfährt aufgrund früherer Existenzen) und das Mitgefühl (jeder hat sich das Schicksal selbst angetan).

Bemerkenswert das buddhistische Mitgefühl, trotz der Reinkarnationslehre. → Auswirkung der meditativen Praxis? - Psychische Folge oder Ergebnis eines (höheren?) Erkenntnisprozesses?

7. 2. 2012 **These: Jede Form von Begehren/Streben nach einem Ziel in der oder durch Meditation wirkt sich negativ aus. Sogar das Streben nach Erleuchtung ist kontraproduktiv. Ausnahme: die therapeutische Anwendung von Meditation.**

30.6.2014 Ein Kampfkunsttraining ohne Meditation ist wie ein Körper ohne Seele. Kampftechnisch mag man sich weiter entwickeln, die geistige Entwicklung (der innere Kampf) bleibt auf der Strecke.

Jedes traditionelle Kampfkunsttraining ist meditationsphilosophisch interessant, da Meditation Teil eines solchen Trainings ist. Traditionelle Kampfkunst impliziert zwei Seiten des Kampfes: den äußeren Aspekt als Kampf gegen äußere Gegner (die körperliche Ebene) und dem inneren Aspekt als Kampf um sein Selbst, sein Ich (die mentale Ebene in der meditativen Versenkung). Geistig zu reifen, ist Ziel und Zweck.

Wenn man das Ich Verlöschen lässt, wozu für dies?

- Kein Bewusstsein?
- Keine Identität?
- Kein Sein?

Führt das Verlöschen des Ich nicht zum Tod? - Physisch? Psychisch? Geistig?

Wieso führt die Suche nach dem Verlöschen des Ich (= Selbst) in der meditativen Versenkung zu einer Stärkung des Ich?

→ In der meditativen Versenkung nicht das Verlöschen des Ich (= Zerstörung des Selbst) aufsuchen! Man muss mit negativen Reaktionen rechnen! Besser: die „Leere“ aufsuchen! → „Leere“: hier bleibt immer noch eine formale Struktur bestehen - das Ich.

Welthorizont entsteht nicht durch Meditation, sondern durch das Studium der Philosophie. Das Eine kann nicht das Andere ersetzen.

Meditation kann nicht den Intellekt und der Intellekt kann nicht den meditativen Geist ersetzen.

Einen Kampfkunstweg ist ein Weg, seinen Schicksalskampf zu meistern.

Wichtig: die „Visionen“ in den meditativen Versenkungen sind nicht Botschaften aus anderen Seinsdimensionen, sondern Emanationen des eigenen Unterbewusstseins. - Eine „Auskunft“ über die eigene psychische Befindlichkeit.

Meditation: die Entwicklung geht darauf, im nicht-meditativen Zustand (dem „normalen“ Bewusstsein) sich geistig

weiterzuentwickeln: Was man in der meditativen Versenkung „lernt“, führt zu einer Weiterentwicklung im „normalen“ Leben... der geistigen Entwicklung.

Aufgabe eines meditativen Weges: die meditativ kausierten Illusionen aufzulösen.
WAHRHEIT als Ziel. Erkenntnistheoretisch, ontisch, moralisch.

Wenn Meditation gesund ist, Gesundheit fördert und bewahrt, so ist sie ein wichtiges Konstituens eines gelungenen Lebens. → Wer krank ist kann nicht das Optimum seiner Lebensmöglichkeiten ausnützen, erringen.

Die meditativen Traditionen des Ostens haben genauso eine Jenseitsorientierung wie die Religionen des Westens.
→ Die Gelassenheit und Geringschätzung dieses Seins und Lebens hat damit keine meditative Kausalität.
Bei den Zen-Buddhisten werden buddhistische Sutras im Kontext mit Meditationssitzungen gelesen. → Dies führt meines Erachtens dazu, dass man auf lange Sicht ein gläubiger Buddhist wird. - Mir sind zwei solche Fälle bekannt.
Wenn man die Evangelien oder sonstige christliche Literatur läse, würde man ein gläubiger Christ werden... bzw. ein Gläubiger der jeweiligen Religion, deren Schriften man in einer Affinität zu einer meditativen Praxis liest.
Es ist kein genuiner (d.h. in diesem Kontext natürlich entstandener) Glaube.

Lieblingsschüler - Bedeutung:

Im fernen Osten suchen die Gurus ihr Leben lang bis sie ihren Lieblingsschüler gefunden haben.

Was ist ein Lieblingsschüler? Was ist die Differenz zu den anderen Schülern?

Ihrer Weltanschauung entsprechend, einer Welt der Wiedergeburten, haben sie schon in ihren früheren Leben diesen Lieblingsschüler getroffen und mit ihm gearbeitet. Sie suchen ihn in ihrer jetzigen Existenz, um mit ihm weiterzuarbeiten.

Wenn man nicht an die Wiedergeburt glaubt, ist dieses Erklärungsmodell nicht hinreichend. Der „Lieblingsschüler“ bzw. die „Lieblingsschülerin“ hat meines Erachtens eine Seelenverwandtschaft mit dem Meister bzw. dem Guru. Die mögliche Wissensvermittlung - und das dürfte der eigentliche Grund für die Beziehung vom Meister zum Lieblingsschüler sein - ist hier in einem Ausmaß gegeben, welches nicht mit den anderen Schülern da ist. Der Meister gibt dem Lieblingsschüler ganz automatisch, ohne bewusst darüber nachzudenken, sein Wissen und seine Fähigkeiten und der Lieblingsschüler nimmt dieses Wissen auf, ohne sich dessen bewusst zu sein oder bewusst darüber nachzudenken. Durch die Seelenverwandtschaft ist gewährleistet, dass alles seinen richtigen Verlauf nimmt. Die Wissensweitergabe an die anderen Schüler - meines Erachtens macht ein guter Meister keinen Unterschied zwischen seinem Lieblingsschüler und den anderen Schülern, da dies für alle von Nachteil wäre - mag zwar im gleichen Ausmaß geschehen, aber die Wissensvermittlung ist schwieriger. Eine Seelenverwandtschaft ist nicht etwas, was man sich aussuchen kann. Sie ist naturgegeben.

Es handelt sich hierbei nicht um eine emotionale Bevorzugung eines Schülers bzw. einer Schülerin, wie sie dem westlichen Verständnis entspricht.

Krankheit (z.B. Neurose, Psychose), Suchtabhängigkeit sind Formen der Unfreiheit und damit Beeinträchtigung der persönlichen Autonomie! → Meditation als Weg zur Freiheit.

Meditation kann nicht das Denken ersetzen (die philosophische Reflexion), und das Denken nicht das meditative Bewusstsein (die meditative Versenkung).

Meditation ist: Treue zu sich selbst entwickeln.

Vielleicht ist die Kombination von Meditation und Philosophie, auch ohne Wunder zu bewirken, ideal für das Erkennen von Fehlinformationen und die Entlarvung vom Scheinwelten.